



**MAKTAB YOSHIDAGI O‘QUVCHILARNING TEZKORLIK
SIFATLARINI TARBIYALASHNING USUL VA VOSITALARI**

Aslonova Sabina Akmal qizi

Navoiy Davlat Universiteti

Jismoniy madaniyat fakulteti

Sport faoliyati(Kurash)yo ‘nalishi talabasi

E-mail: aslonovasabina44@gmail.com

**МЕТОДЫ И СРЕДСТВА ВОСПИТАНИЯ СКОРОСТНЫХ
КАЧЕСТВ У ШКОЛЬНИКОВ**

Аслонова Сабина Акмал кизи

Навоийский Государственный Университет

Факультет физической культуры

Студент направления Спортивной деятельности (Кураш)

E-mail: aslonovasabina44@gmail.com

**METHODS AND TOOLS FOR DEVELOPING AGILITY IN
SCHOOL-AGED STUDENTS**

Aslonova Sabina Akmal qizi

Navoi State University

Faculty of Physical Culture

Students of the specialisation ‘Sports activity’(Wrestling/ Kurash)

E-mail: aslonovasabina44@gmail.com



Annotatsiya: Maktab yoshidagi o'quvchilarning tezkorlik sifatlarini tarbiyalash, ularning tafakkurini tez va aniq ishlashiga, qaror qabul qilishda o'zini tutishiga yordam beradi. Bu sifatlar o'quvchilarda xotira, diqqatni jamlash, muammolarni hal qilishda samaradorlikni oshiradi. Tezkorlikni tarbiyalashda, birinchi navbatda, o'qituvchining faol uslublari, o'quv jarayonidagi interaktiv metodlar, o'yin va musobaqalar orqali amaliy mashg'ulotlar, shuningdek, turli vazifalarni bajarishda vaqtni to'g'ri boshqarish kabi vositalar yordam beradi. Bundan tashqari, ilmiy – tadqiqotlar va mantiqiy masalalar orqali o'quvchilarning tezkor fikrlash ko'nikmalarini rivojlantirish mumkin. Ushbu usullar, o'quvchilarga tezkor qarorlar qabul qilish, yondashuvlarni tanlash va o'zining natijalariga mas'uliyat bilan qarashni o'rgatadi.

Kalit so'zlar: Tezkorlik, tezkor qarorlar qabul qilish, vaqtni boshqarish, ishonchni oshirish, tez fikr yuritish malakalari, diqqatli bo'lish, va trening mashqlar, maqsadga erishish, ruhiy chidamlilik, tarbiyaviy o'yinlar, zehin va jismoniy mashqlar, o'yin va interaktiv metodlar, mas'uliyatni oshirish, o'z-o'zini motivatsiya qilish, psixologik yondashuvlar.

Аннотация: Развитие качества быстроты у школьников помогает им мыслить быстро и точно, а также правильно вести себя при принятии решений. Эти качества улучшают память, концентрацию внимания и эффективность решения проблем. Основу воспитания быстроты составляют активные методы учителя, интерактивные технологии в учебном процессе, практические упражнения через игры и соревнования, а также эффективное управление временем при выполнении различных задач. Кроме того, научные исследования и логические задачи способствуют развитию навыков быстрого мышления у учащихся. Эти методы учат школьников принимать быстрые решения, выбирать подходящие стратегии и нести ответственность за свои результаты.



Ключевые слова: Быстрота, быстрое принятие решений, управление временем, повышение уверенности, навыки быстрого мышления, внимательность, тренировочные упражнения, достижение целей, психологическая устойчивость, воспитательные игры, интеллект и физические упражнения, интерактивные методы, повышение ответственности, самомотивация, психологические подходы.

Annotation: Developing the agility qualities of school-age students helps them think quickly and accurately, as well as behave appropriately when making decisions. These qualities enhance students' memory, concentration, and problem-solving efficiency. The key to fostering agility lies in the teacher's active methods, interactive techniques in the learning process, practical exercises through games and competitions, and effective time management strategies for completing various tasks. Additionally, scientific research and logical problems can help develop students' quick-thinking skills. These methods teach students to make swift decisions, choose appropriate approaches, and take responsibility for their outcomes.

Keywords: Agility, quick decision-making, time management, confidence building, rapid thinking skills, attentiveness, training exercises, goal achievement, mental resilience, educational games, intellect and physical exercises, interactive methods, responsibility enhancement, self-motivation, psychological approaches.

Jahonda sport sohasi, jismoniy madaniyat ta'lim tizimini rivojlantirish, o'qitish jarayononi takomillashtirish, o'quvchilar o'rtasida sog'lom turmush tarzini targ'ib qilish zaruriy ahamiyat kasb etmoqda. Dunyo yoshlarining jismoniy harakat darajasining pasayishi birinchi navbatda ularda jismoniy sifatning yetishmasligi bilan tavsiflanadi.



Jismoniy sifat maktab o'quvchilarining har tomonlama jismoniy tayyorgarligi strukturasining asoslaridan biri bo'lib, maktab o'quvchilarining sog'ligi, mehnat qobiliyati va funksional imkoniyatlarni aks ettiradi, bu ayniqsa keying yillarda shifokorlar, o'qituvchilar, mutaxassislar va jamoatchilikni jiddiy tashvishga solmoqda. Yoshlarda chidamlilikning past darajasi o'quv mashg'ulotlarida yuqori natijalarga erishish va shunga mos ravishda ularning umumiy jismoniy holatini cheklaydi. O'quvchilarning aksariyat qismi jismoniy sifatlar bilan bog'liq mashqlarni to'liq bajara olmaydi.

O'zbekiston Respublikasi Prezidentining 2017yil 20apreldagi "Oliy ta'lim tizimini yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PQ-2909-sonli, 2017yil 27iyuldagi "Oliy ma'lumotli mutaxassislar tayyorlash sifatini oshirishda iqtisodiyot sohalari va tarmoqlarining ishtirokini yanada kengaytirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PQ-3151-sonli, 2018yil 5martdagi "O'zbekiston Respublikasida jismoniy tarbiya va sport sohasida davlat boshqaruvi tizimini tubdan takomillashtirish chora-tadbirlari to'g'risida"gi PF-5368-sonli farmoni, 2018yil 14avgustdagi PQ-3907 son "Yoshlarni ma'naviy –axloqiy va jismoniy barkamol etib tarbiyalash, ularga ta'lim-tarbiya berish tizimini sifat jihatidan yangi bosqichga ko'tarish chora-tadbirlari to'g'risida"gi qarorlari, 2022yil 28yanvardagi 2022-2026 yillarga mo'ljallangan Yangi O'zbekistonning taraqqiyot strategiyasi PF- 60-son farmoni va mazkur faoliyatga tegishli boshqa meyoriy-huquqiy hujjatlarda belgilangan vazifalarni amalga oshirishda magistrlik tadqiqotimiz muayyan darajada xizmat qiladi.

Ta'lim tizimida maktab yoshidagi ta'lim asosiy bo'g'in sifatida muhim o'rin tutadi. Ta'lim muassasalarida jismoniy tarbiya, sport sog'lomlashtirish ishlarini rivojlantirish, ta'lim olayotgan o'quvchilarning sport turlariga qiziqishini oshirish, bilimi, ko'nikma va malakalarni mustahkamlash davr talabiga aylanib bormoqda.



Shu boisdan jismoniy tarbiya tizimida muhim tamoyilni joriy qilish uchun maktab yoshidagi o'quvchilarning sog'ligini ta'minlash, jismoniy rivojlanganlik va jismoniy tayyorgarlikni kelgusida takomillashtirish doimo dolzarb muammolardan bo'lib kelgan.

Shuningdek, o'quvchilarni halollikka, sahovatlikka o'rgatadi, kattalarning tajribasini bolalar va yoshlarga o'tkazishning asosiy vositasi sifatida xizmat qiladi. O'gil va qizlarda mehnatga ongli munosabat shallantiradi. Ularning kuchli, chaqqon, epchil, chidamlilik, serharakat, ziyrak, topqir, botir, jasur, o'zaro hamkor bo'lishlariga yordam beradi. Milliy xalq o'yinlarining tarbiyaviy jihati haqida gap borar ekan, shuni alohida takidlash joizki, ular eng avvalo bolalarda o'z mahallasiga, qishlog'iga, shahriga, tabiatga, mamlakatimizda yashovchi barcha xalqlarga muhabbat uyg'otadi, hurmat va ehtirom xislarini, milliy g'ururni tarbiyalaydi, eng muhimi, o'zbek xalqining milliy madaniyatiga, o'tmishiga va hozirgi turmushidagi, milliy an'analari hamda qadriyatlariga muhabbat uyg'otadi.

Biz quyidagi ana shu muammo yechimini kichik maktab yoshidagi o'quvchilarning tezkorlik sifatini tarbiyalashga doir harakatli o'yinlar samaradorligini o'rganishga alohida e'tibor qaratdik. Shuning uchun maktab yoshidagi o'quvchilarni jismoniy sifatini tarbiyalash va jismoniy tayyorgarlik darajasini, jismoniy rivojlanishini yaxshilash hamda bugungi kunning dolzarb masalalaridan biridir.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. O'zbekiston Respublikasining "Jismoniy tarbiya va sport to'g'risida"gi qonuni – Toshkent, 2015 yil 4 sentabr.
2. O'zbekiston Respublikasi Prezidenti Sh.M.Mirziyoyevning Xavfsizlik kengashining kengaytirilgan tarkibidagi majlisidagi "Qurolli Kuchlarimiz-mamlakatimiz barqarorligi va taraqqiyotining mustahkam kafolatidir" nomli nutqi. 2018 yil 10 yanvar.



3. Sh.M.Mirziyoyev. Erkin va farovon, demokratik O‘zbekiston davlatini birgalikda barpo etamiz.-Tashkent: O‘zbekiston, 2016yil.
4. Sh.M.Mirziyoyev. Buyuk kelajagimizni mard va oliyjanob xalqimiz bilan birga quramiz.Toshkent, “O‘zbekiston”, 2017yil.
5. Sh.M.Mirziyoyev. Qonun ustuvorligi va inson manfaatlarini ta’minlash-yurt taraqqiyoti va xalq farovonligining garovi. Toshkent, “O‘zbekiston”, 2017yil.
6. Sh.M.Mirziyoyev. Tanqidiy tahlil, qat’iy tartib intizom va shaxsiy javobgarlik-har bir rahbar faoliyatining kundalik qoidasi bo‘lishi kerak. Toshkent, “O‘zbekiston”, 2017yil.
7. 2017-2021 yillarda O‘zbekiston Respublikasini rivojlantirishning 5ta ustuvor yo‘nalishlari bo‘yicha Harakatlar strategiyasi. O‘zbekiston Resublikasi Prezidentining 2017 yil 7 fevraldagi PF-4947 sonli farmoni.
8. O‘zbekiston Respublikasi “Ta’lim to‘g‘risida”gi qonuni-Toshkent, 1997 yil 29 avgust.
9. O‘zbekiston Respublikasi Vazirlar Mahkamasining 1999 yil 27 maydagi “O‘zbekistonda jismoniy tarbiya va sportni rivojlantirish chora-tadbirlari to‘g‘risida”gi 271 sonli qarori.
10. O‘zbekiston Respublikasi “Bolalar sportini rivojlantirish” (2002 yil 24 oktabr).Ma’rifat gazetasi, 2002 yil.